EL COPO

BOLETIN DE LA
ASOCIACION DE VECINOS DE EL PALO
APARTADO DE CORREOS 6011 Nº 56 - MAYO - 86

ASCENSO DE EL PALO-JUVENIL

EL COPO 056 MAYO 1986

DIRECTORIO

Página 01 Portada “Ascenso de El Palo juvenil”

Página 02 Editorial “Asamblea Ordinaria”

Página 03 El Nuevo centro de salud

Página 04 Deportes: Nuevo de ascenso de El Palo juvenil

Página 05 Entrevista a su entrenador Francisco Serrano

Página 06 La escuela Vázquez Otero “Entrevista con el nuevo delegado”

Página 07 Recuperar el carnaval

Página 08 Pepa Caballero y el cuarto mural

Página 09 La junta recomienda no bañarse en El Palo

Página 10 Noticias: Vigilancia sanitaria de playas

Página 11 Baches – calle Rodrigo Saavedra y Aguilar y Cano

Página 12 De niño gordito a hombre obeso

Página 13 Para que vigiles tu salud !12 concejos!

Página 14 Publicidad

Página 15 Publicidad

Página 16 Contraportada “1° de Mayo”

editorial

ASAMBLEA ORDINARIA

Era ya primavera cuando se reunió la Asamblea ordinaria de la Asociación de Vecinos de El Palo. Fue el día once de abril pasado.

La asistencia, discreta, con las ausencias notables.

Inició la Asamblea el presidente saliente D. Francisco Román leyendo el orden del día establecido, que una vez sentado dió paso al primer punto. Informaron en él todos los vocales de la actividad desarrollada en el pasado año. En general ninguno calificó ni de positivo ni de negativo el ejercicio. Lo que sí quedó reflejado patentemente es que se sigue adelante trabajando con desinterés por mejorar las condiciones del barrio. Y de otro lado la necesidad o cuando menos la conveniencia de una mayor participación en el trabajo de todos los socios.

Más tarde y tras alguna intervención aclaratoria de los asistentes, se pasó al siguiente punto que versaba sobre la elección de la nueva Junta Directiva.

La Junta saliente propuso una lista de personas para ocupar las diversas responsabilidades; invitando a continuación a todos para que propusieran nuevos nombres y proceder después a votación.

Mas al no haberse propuesto nombre alguno nuevo sobre la lista antedicha, fue aceptada esta practicamente por aclamación de los presentes. Los nombres de los nuevos responsables son los siguientes:

Presidente: Miguel López Castro
Vicepresidente: Javier González.
Secretario: Antonio Caparrós.
Tesorero: Antonio Rodríguez Carmona.
Vocal de Acción Pública: José Luis Ruano.
Vocal de Cultura: Fernando Muñoz Cubillo.
Vocal de Enseñanza: Mari Carmen Robles
Vocal de Deportes: Antonio Triguero.
Vocal de Ecología: Juan Jesús Martín.
Vocal de la Mujer: Maite Serrano.
Vocal Tercera Edad: Francisco Román.
Vocal Boletín: Juan Jesús Martín.
Vocal Salud y Consumo: José Antonio Ortiz.

Sería menester que estos responsables, y así se puso de manifiesto en la asamblea, estuvieran acompañados de un buen grupo de socios que permita expandir y profundizar la actividad de la Asociación en el barrio. Ahí pues, tienen los socios los campos de actividad para elegir aquel que más les interese o se acomode a sus inquietudes, y si preciso fuera, se crearían nuevos cauces. Lo importante es que todos aquellos que tengan inquietud por trabajar por el barrio en la dimensión que sea, se aglutinen en torno a la Asociación, para juntos hacer el trabajo más eficaz. A ello os invitamos a todos en nombre de la nueva Junta Directiva.■

CONSEJO DE REDACCION

MAVI ROMAN
J. JESUS MARTIN
J. LUIS RUANO
KIKO ROMAN
MIGUEL LOPEZ

el nuevo centro de salud

Aunque el Centro de Salud se inauguró hace unos meses en su nueva ubicación, son muchas las deficiencias que hemos observado en su estructura y acondicionamiento. Aquí damos un listado de las principales, que si bien no es exhaustivo, su reparación haría del Centro un lugar más digno para prestar los servicios que tiene encomendados:

- En primer lugar, observamos que las puertas de entrada, son antifuncionales debido a su gran tamaño ya que deben abrirse y cerrarse cada vez que un usuario entra o sale; lo ideal serían unas puertas más bajas.

- La acera que se encuentra justo en la entrada, está mal nivelada, lo cual se pone de manifiesto con los charcos que se forman cada vez que llueve con una cierta consideración.

- El agua utilizada en el centro, no está conectada a la red de abastecimiento general, sino que se recibe desde un aljibe que llenan los bomberos periódicamente con una manguera, lo que no garantiza la potabilidad de las mismas.

- La conducción eléctrica se realiza por acometida aérea, apoyándose los cables en los eucaliptos cercanos al Centro.

- El enganche del teléfono, va desde la tapia del cementerio al Centro de Salud, también por acometida aérea, dándole un carácter de previsionalidad.

- No existe personal de mantenimiento de las distintas instalaciones (aire acondicionado, agua, electricidad, etc.) debiendo recurrirse a los servicios del Ayuntamiento, que no siempre acuden con la diligencia que cabría esperar, quizás porque se trate de una plantilla muy limitada.

- El diseño arquitectónico del Centro no se ajusta en su espacio a las necesidades de Salud del barrio, no ya de un futuro a medio o corto plazo, sino a las de la actualidad. Parece ser que los diseñadores no se han dado cuenta que El Palo, es un barrio joven y con una gran capacidad de crecimiento demográfico.

- Gran parte de los profesionales que trabajan en el Centro, tienen sensación de abastecimiento incompleto de material sanitario (pocas gasas, guantes estériles y material de cura en general).

Hemos considerado, que en realidad El Palo, ha mejorado sanitariamente, en comparación con el antiguo ambulatorio; pero pensamos que todas éstas deficiencias deberían repararse en pos de un servicio más digno para todos. ■

Francisco Barba.

ASCENSO DE EL PALO-JUVENIL

Es conocido de todos los paleños aficionados al fútbol que el equipo juvenil de El Palo que hasta hoy jugaban en Regional preferente, ha ascendido a categoría nacional. Por este motivo nos hemos puesto en contacto con los jugadores de dicho equipo, y con el presidente del Centro de Deportes de El Palo D. Juan Godoy para que nos cuenten su experiencia en esta temporada con su tan satisfactorio resultado.

En primer lugar encontramos en el campo de fútbol a Juan Godoy quien nos respondió de la siguiente forma:

COPO.- ¿Cual era su meta con este equipo a principios de temporada?

JUAN GODOY.- No podíamos fijarnos una meta concreta, pero sí partíamos de una gran ilusión, que nos ha llevado hasta el ascenso, éramos conscientes de que existían muchas dificultades, pero hemos trabajado a fondo para vencerlas.

C.- ¿Ha costado mucho esfuerzo y dinero al Centro de Deportes?

J.G.- En cuanto a esfuerzo siempre trabajamos todo lo que podemos, aunque sí es cierto que al final le dedicamos más a este equipo que a los otros, lo cual es lógico puesto que veíamos grandes posibilidades.

En cuanto al dinero también ha sido un gran esfuerzo económico, pero ahora tenemos un reto mucho mayor puesto que la temporada que viene el presupuesto necesario para este equipo puede ponerse alrededor de los 3 millones de pesetas, ya que tienen que viajar mucho por todo el estado.

C.- ¿Qué sintió en el momento de la victoria?

J.G.- Algo maravilloso, reinaba la euforia colectiva, hasta llegar al llanto, al principio creí que sólo yo era el tonto que lloraba, pero después me di cuenta que ese llanto de alegría no se producía solo en mí.

C.- ¿Alguna cosa que quiera decir a los lectores de El Copo?

J.G.- Sobre todo hacer un llamamiento a todos los paleños para que colaboren económicamente de cara a esta temporada que viene y recordarles que la Junta Directiva está abierta a la colaboración de todos.

Inmediatamente después nos metemos en una caseta a conversar con los jugadores que fueron respondiendo a nuestras preguntas unas veces en grupo y otras eligiendo un portavoz del equipo.

COPO.- ¿Os llevaís bien entre vosotros y con el entrenador?

JUGADORES.- Rotundamente sí, al principio se producían los roces lógicos de quienes no se conocen profundamente, pero con el tiempo hemos conse

ENTRENADOR FRANCISCO SERRANO VASCA

guido hacernos grandes compañeros y - amigos.

C.- El sentiros campeones ¿cuándo se produjo y cómo os ha sentado?

J.- Fué en el mismo momento de ganar el partido, pero no nos la damos- de importantes, aunque nos sentimos - muy orgullosos y desde entonces sentimos una mayor responsabilidad de cara a la próxima temporada.

C.- La afición ¿cómo ha reaccionado ante la victoria?

J.- Aunque a los partidos nos ha - seguido poca gente, en términos generales y sobre todo a partir de la victoria nos han apoyado y animado y felicitado, sin embargo también ha habido alguien que nos ha criticado llamando a Radio Miraflor. Decía que nues-- tro segundo gol fué fuera de juego, a pesar de que los asistentes al partido no lo vieron así.

La mayoría de los jóvenes que componen este equipo son estudiantes (o hacen como que estudian, que dijeron- algunos de ellos) solo tres trabajan- Kico, Edu y Chema. El resto realizan sus estudios en el Instituto de El Palo, ICET y S. Estanislao.

Ante la pregunta de ¿Cómo se planteaban lo del fútbol se improvisó entre risas un rápido sondeo y el resultado fue el siguiente:

- Dos se lo planteaban como futuro profesional.
- Doce sin perder la ilusión en lo del futuro profesional, se inclinaban más a plantearselo como un hobbi, como una forma de relación social que - les daba mucha salud física y mental.

También le preguntamos a Joaquín - que cómo se sentía al ser el máximo - goleador (14) y autor de los dos goles de la victoria.

Joaquín nos contestó: Me siento - uno más, aunque yo materialice los - goles, esto no se produce si no existe un trabajo de equipo.

Dejamos ya a estos chicos cuando - uno de ellos nos apostilla que "todo- esto merece la pena por el contacto - que se mantiene entre los compañeros, esta convivencia es muy positiva".

Quisimos conectar con el entrena-- dor, pero no hemos podido localizarle, lo sentimos, de todas formas le felicitamos desde aquí al igual que a la Junta Directiva del Centro de Depor--

tes y a este equipo de jóvenes a quien animamos y apoyamos.

Tambien nosotros hacemos desde esta revista un llamamiento a todos los paleños para que apoyen esta gran labor que están realizando en el Barrio, el Centro de Deportes y todos los chavales que juegan en sus equipos.

A continuación señalamos los nombres de los miembros del equipo.

Kico I	Zafra	Carlos
Ricardo	Andrés	Rafi
Perea	Edu	Garrido
Fernando	Zurdo	Francisco
Guti	Kico II	Antonio
Alex	Oscar	Chema
	Joaquín	Leiva
		Murillo

Consejo de Redacción.

la escuela

Vazquez Otero

ENTREVISTA CON EL NUEVO DELEGADO DEL MINISTERIO DE EDUCACION Y CIENCIA

Para seguir tratando temas de educación que nos afectan a los vecinos de este barrio, una representación de la Asociación de Vecinos visitó al nuevo Delegado. Se habló de varios temas destacando en esta ocasión el futuro del viejo Colegio Vázquez Otero. El proyecto de arreglo ya estaba en marcha y se pensaban iniciar las obras hacia el verano; Pero viendo el deterioro acelerado del edificio y el destrozo que en el mismo se estaba realizando, el responsable del Ministerio se comprometió a efectuar un primer arreglo con carácter de urgencia y a que las obras definitivas se realizaran a la mayor brevedad. Enseguida que estuviesen terminadas se trasladarían allí las clases de Educación de Adultos que ahora se están desarrollando sin las mínimas condiciones en el Colegio Galvez junto a la Tenencia de Alcaldía. Posteriormente se estudiaría la conveniencia de trasladar las clases para el Graduado Escolar que ahora se dan en Pedregalejo. El Patio del Vazquez Otero podría revertir de inmediato en el Ayuntamiento para poder construir un espacio público de juego de niños.

Se comentó también la próxima puesta en servicio de un Centro de Formación Profesional en el Rincón de la Victoria lo que traería como consecuencia el descongestionar el Instituto de El Palo. Cuando entre en vigor el proyecto de integración de las enseñanzas Medias en este mismo Instituto Público se podría impartir enseñanzas de Formación Profesional, por lo que el futuro próximo de El Palo en materia escolar tiene muy buenas espectativas.■

RECUPERAR EL CARNAVAL

El carnaval puede considerarse como una de las expresiones más antiguas de actividad sociocultural del occidente europeo, remontándose a la antigua Grecia y posteriormente a Roma, cunas de nuestra actual cultura.

Desde este prisma debemos enfocar esta actividad lúdica, la cual, al margen de permitir diversas vertientes de desarrollo, hay que tener presente como una tradición que persiste después de tantos siglos.

De esta forma lo hemos interpretado un grupo de paleños, quienes, contando con el apoyo de esta revista, el cobijo del local de la Asociación de Vecinos y la acogida que nos dispensa nuestra barriada, la intentaremos llevar al rincón del corazón de los paleños, a ese que cuida de la parte lúdica de la vida, que a nuestro entender, es una de las más importantes que desarrolla nuestro intelecto.

Si entendemos que el trabajo nos fue impuesto como un castigo bíblico, lo único que el ser humano desarrolla de propia iniciativa es el goce por lo divertido, aquello que nos haga olvidar precisamente ese castigo.

Por tanto, que mejor actividad festiva para esta barriada, que la que se puede desarrollar tanto en comunidad con nuestros convecinos, como individualmente, pero formando parte en todo momento de un carnaval que se puede interpretar con varias opciones: extrovertida, folklórica, crítica social, inventiva en el adorno o la más cara, y por supuesto, como relación social, tomando como excusa esta actividad para conocernos y comprendernos mejor.

Elige tu opción para el próximo y cuenta con la colaboración de nuestra organización, la cual te ayudará a poner en marcha tu idea sobre la mejor forma de vivir esas jornadas en que rememoramos el antiguo y bello carnaval. ■

Fdo. Fomento del Carnaval Paleño.

pepa caballero y el 4º mural

CONTRAPUESTA DE SOL

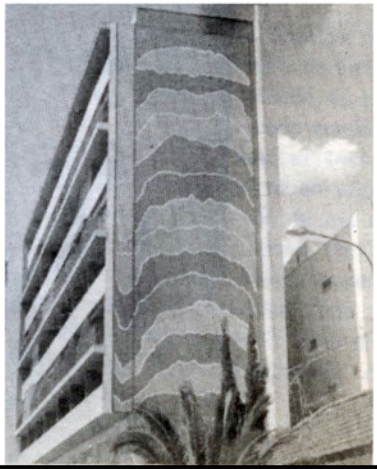
Otro Organismo y otro grupo de personas han contribuido a la tarea de mejorar el barrio. La Diputada de Cultura de la Diputación Provincial, Pilar Oriente, incluía en el programa de Diputación el financiar un mural para El Palo. Una pintora del barrio, Pepa Caballero, el maestro Pepe Canela y personal de su empresa se han esforzado en borrar una pared agresiva, la del bloque de "Los Delfines", para convertirla en una mezcla viva de color, en una imagen que evoca otras realidades añoradas o queridas.

Nos hemos llegado a visitar a la autora del boceto, a Pepa Caballero, para intentar ofrecer a los lectores de "El Copo" algunas notas del proceso de creación de este diseño. La primera idea que se impuso fue la de integrar la pared desnuda en su medio. Surgen intentos de pintar las nubes, el cielo, continuar el paisaje de casas en la pared. Se descarta el "colgar" un cuadro propio de la pintora a tamaño grande, porque no se trata de exponer el estilo más característico de cada autor, sino de devolver a los rincones áridos del barrio un aspecto natural. ¿Será el mejor mural una pared abrazada por una yedra viva que trepa?.

Pepa recoge el tema con verdadero cariño; le da vueltas; mira la pared desde distintos puntos y a diversas horas; ensaya soluciones que va descartando en su busqueda de algo mejor, de "lo mejor" posible para aquel rincón. A esta mujer, que lleva muchos años pintando y viviendo en el Palo, le ha atraido siempre la fuerza del cambio de color que provoca la luz del sol, el reflejo del cielo sobre el mar y la secuencia de tonos que ofrece la puesta de sol. Asomada a una tercera planta sobre la playa sus ojos han contemplado los matices verdosos, azulados, rojizos o anaranjados de muchos atardeceres. "Cuando cae el Sol hay algo que me impulsa a salir a buscar y mirar los colores de la luz que se extingue".

Frente a una pared que se recorta sobre el cielo del Poniente, la pintora se decide finalmente por evocar tonos de luz de puestas de Sol. Con las simplificaciones necesarias para facilitar un trabajo que había que realizar a 20 m. de altura sobre un ancho de 9,5 m. Desde el boceto hecho a lápiz de color hasta el ultimo empleando los mismos colores de la pintura definitiva, el proceso de simplificación es decidido.

El resultado, la obra, está ahí. Realmente no necesita presentación. Admite todas las interpretaciones que cada uno le damos. Una abuela de 40



años le contaba a Dámaso Ruano en el Bar Juanito "Aquellos colores sobre la pared me gustan mucho - A mi me parece como una puesta de sol o me recuerda también el oleaje del mar.

Lo importante es que una pared fría y desnuda refleja hoy una obra hecha con ilusión. Que nos acerca a los que paseamos por allí a la pintura actual llenando de color una pared de nuestro barrio. El mejor efecto de esta contrapuesta de sol se tiene contemplándolo al atardecer, precisamente cuando cae la luz de fondo.

La charla fue muy agradable. La pintora nos queda a todos para cuando queramos verla o nos sorprenda en nuestro caminar por la carreterilla. Y el recuerdo de como se ha hecho este mural, el desinterés de la pintora y de los que han trabajado, quedará para seguir confirmando, que el sitio donde se vive, se hace entre muchos. Quede aquí escrito el reconocimiento a los que a veces, o calladamente, intervienen en el latir de la vida del barrio.■

La Junta recomienda no bañarse en El Palo

AGUAS CONTAMINADAS

Ante la proximidad del verano y el buen tiempo, esta Asociación de Vecinos quiere, una vez más, informar acerca de los posibles riesgos que para nuestra salud podría suponer el bañarnos en las aguas contaminadas de nuestras playas. Para ello, el autor de este artículo ha recurrido a fuentes sanitarias bien informadas que amablemente han accedido a ofrecer los siguientes datos:

a) Que las playas del Palo y de la Misericordia están contaminadas; sobre todo por los emisarios cercanos a la costa (De esto ya teníamos amplia información y me consta que los medios de comunicación insistieron bastante el año pasado).

b) Que no existe una clara relación CAUSA-EFECTO en la recepción de las enfermedades que se expresan en cuanto que pueden intervenir otras variables como: predisposición personal, especial sensibilidad epidérmica,etc.

c) Que las afecciones más frecuentes que cabría la posibilidad de adquirirse en un medio contaminado, especialmente por aguas fecales, son las siguientes:

- CONJUNTIVITIS: Infección, muy molesta, en los ojos.
- VAGINITIS: Infección de vagina.
- OTITIS: Infección de oido.
- TITIRIASIS VERSICOLOR: Hongos o micosis bacteriológicas.
- GASTROENTERITIS INFECCIOSAS: Infección del aparato digestivo.

- FIEBRES TIFOIDEAS: Es poco frecuente y puede producirse, al parecer y como una de sus causas, por beber gran cantidad de agua contaminada.

Por esta razón, aprovecho estas páginas que me brinda "El Copo" para exigir a las autoridades competentes de nuestra provincia en el sentido de una mayor información al respecto así como una adecuada señalización por zonas y playas afectadas. Al mismo tiempo, que se intensificaran las acciones oportunas con vistas a instalar las eternas depuradoras. El día que esto suceda, os prometo que me sentiré un poco menos tercermundista. ■

Atentamente,
Antonio Caparrós Vida.

Noticias

VIGILANCIA SANITARIA DE PLAYAS

El Consejo de Gobierno de la Junta de Andalucía, a propuesta de la Consejería de Salud y Consumo, aprobó en su reunión del día 19 de junio de 1984 el Decreto sobre Vigilancia sanitaria y ambiental de playas. Con tal iniciativa se introducía en el ordenamiento jurídico de la Comunidad Autónoma una norma específica de protección del litoral en sus aspectos higiénico-sanitarios.

Dicho Decreto establece que "en cada uno de los accesos directos de cada playa, las autoridades municipales vendrán obligadas a instalar un panel que indique la clasificación de dicha playa, el equipamiento de Servicios Públicos de la misma y las posibles limitaciones de uso que puedan existir".

Con la finalidad de facilitar a los Ayuntamientos de Municipios costeros el cumplimiento de dicha disposición, la Consejería de Salud y Consumo ha elaborado un manual de diseño gráfico que recoge los símbolos generales para la clasificación de las playas andaluzas y las colecciones de señales indicadoras del equipamiento de servicios públicos y de las prohibiciones o limitaciones de uso.

La colección de símbolos y señales tendrá carácter oficial y los diseños propuestos serán los únicos que deberán emplearse en las playas andaluzas.

Con ello se ofrecerá a los usuarios una información insustituible sobre las características de cada playa y se promoverá la mejora de la calidad sanitaria y ambiental de todas las playas andaluzas.

símbolos

Los modelos de paneles existentes se reproducen en la contraportada de este boletín. ■

baches

No es del todo grave que se produzcan baches en las calles, lo seriamente grave es que una vez que surgen - persistan sin ser reparados durante - meses y meses. Ese es el caso de los- pedregales y socavones sitos en las - calles Aguilar y Cano, Uruguay, Jurado de Parra y Rodrigo Saavedra por - ser los más escandalosos en el presente momento.

Las tres primeras calles corren,en cuanto a conservación, a cargo del - Ayuntamiento "excelentísimo". Nos preguntamos

¿No han visto los baches? ¡Ciegos!

¿No tienen capacidad de arreglar-- los prontamente? ¡Inútiles!

¿No tienen voluntad para hacerlo ? Nos ahorramos el calificativo.

Lo triste no es el bache es la calle entera que se deteriora al sobrevenir filtraciones de agua etc... y - lo que ayer sería un simple parcheo - mañana será la reparación de una ca-- lle.

C/ AGUILAR Y CANO

C/ RODRIGO SAAVEDRA

Recordamos, porque nos dolió, la - presteza en retirar las pancartas sobre las cuevas en las Cuatro Esquinas. Se entendió que todo el mundo las había leido y sobraba ya su presencia.

De los baches podemos decir lo mismo los amortiguadores y ruedas de los coches que por allí transitan se han percatado ya de su existencia, que desaparezcan pues y con celeridad porque en sesenta días tendremos elecciones y por duplicado ¡Pena de baches y de eleccion!

Sobre los de la calle Rodrigo Saavedra cuya conservación corresponde a Inmalasa la gravedad se acentúa en -- dos sentidos. Primero proque son permanentes y segundo por la expoliación a que esta sociedad ha sometido al barrio durante decenios.

¿ Sería mucho pedir que alguno de los millones de los cientos robados,- cayeran en algún bache? Sería pedir - muy poco. ■

"DE NIÑO GORDITO A HOMBRE OBESO"

— ¡Qué hermoso está tu hijo; además, tan gordo, da gusto verlo! —

Este es el comentario frecuente ante un niño con sobrepeso. Vd., madre, debe saber que esa "hermosura" no beneficia a su hijo, sólo le perjudica.

No pretendemos asustarla al decirle que su hijo padece una enfermedad que se llama "OBESIDAD", pero sí queremos que Vd. tome conciencia de que la obesidad no es necesaria, ni para que su hijo esté hermoso, ni mucho menos equivale a decir que su hijo está sano.

Debemos saber que el niño necesita una alimentación variada para criarse fuerte y alegre, pero una vez conseguido esto, el exceso de alimentación se acumula en forma de grasa ocasionándole OBESIDAD. La obesidad se produce al ingerir más calorías de las que necesita.

Alimentando bien a su hijo, (y bien no quiere decir demasiado), Vd. contribuirá a su buena salud. Con el exceso de alimentación sólo conseguirá un niño gordo, fomentando un hábito que no le beneficiará en el futuro.

A causa de la obesidad, el perfecto equilibrio del esqueleto de su hijo se irá deformando al tener que soportar un sobrepeso permanente. Si Vd. puede evitarlo, ¿por qué no hacerlo?...

La obesidad infantil predispone a peligros importantes que debemos conocer:

— Está demostrado que la

obesidad infantil, en su gran mayoría se continua en la vida adulta, como consecuencia de unos malos hábitos alimentarios adquiridos en la infancia.

— Si su hijo es obeso padecerá con mayor facilidad de pies planos y de deformaciones del esqueleto.

— La obesidad disminuye la capacidad para el ejercicio físico, por lo que su actitud en los juegos infantiles no es la misma que la de un niño normal. Por ello, con frecuencia dejan de participar en los juegos, tan importantes para su salud física y mental. Esta actitud contribuye a un mayor aumento de peso.

— Un niño obeso puede ser objeto de burlas entre sus amigos, desarrollando complejos respecto a los otros niños, en ocasiones muy difíciles de superar.

POR ESO LE ACONSEJAMOS:

1. Si su hijo no es obeso, evite que lo sea en el futuro proporcionándole una alimentación sana y equilibrada. Procure no abusar de las grasas, azúcares, harinas y bebidas refrescantes (colas, refrescos, etc...). Es imprescindible que coma carne, pescado, huevos, leche, frutas y verduras para que crezca sano y fuerte.

2. Siempre que sea posible, use alimentos naturales para preparar la comida de su hijo. Sabemos que los alimentos "listos para el consumo" (platos precocinados, comidas envasadas, etc...) nos ocupan menos tiempo, pero la buena alimentación de su hijo bien merece un esfuerzo.

3. Si su hijo es obeso, no espere a que su sobrepeso sea mayor o a que él, algún día se sienta molesto y acomplejado por ello: CONSULTE A SU MEDICO.

RECUERDE QUE:

La publicidad referente a bollería, dulces y bebidas refrescantes está condicionando la alimentación de su hijo y sólo le incita a comer alimentos que, en su mayoría, no son aconsejables. Por otra parte, la obesidad y las caries se originan en muchos casos por el consumo excesivo de alimentos dulces.

VIGILE LA SALUD DE SU HIJO. APRENDA A ALIMENTARLO Y ENSEÑELE A ALIMENTARSE BIEN.

FRUTAS Y VERDURAS

Calidad y verdad es lo mejor

Miguelin

Casetas 34-35/40-41

MERCADO DE EL PALO

CÚSPIDE

COMPAÑIA DE SEGUROS

Delegado en Malaga
GASPAR JIMENEZ
c/. Alhondiga nº6-2º Der.
223201

Subagente en El Palo
JOSÉ ANTONIO RETAMERO FRIAS
291979

LIBRERIA - PAPELERIA

ARJÉ

c/ Juan Sebastian Elcano. 178
Tf. 292993 El Palo

Vivas Hermanos

Grandes Ofertas
TV - Videos
Electrodomésticos

C/. MIGUEL MOYA Nº9 EL PALO

CARNICERIA

ANTONIO LAGUNA DOMINGUEZ

CASETA Nº 11
MERCADO DE EL PALO Tf. 291294

FLORISTERIA

Antoñita

CENTROS
RAMOS DE NOVIA
CORONAS

C/. Miguel Moya 18

Tel. 29 60 50
El PALO - Malaga

Las Delicias de Carlos

LO MEJOR EN TAPAS

c/. mar, 4 el palo

Los Gaitanes

MESON RESTAURANTE

c/. Escultor Marin Higuero
Esquina Pio Baroja
Blqs. Echevarria Tf. 297049

HAMBURGER

Guae

junto al colegio Gutierrez Mata

DEPORTES

PIPI

Especialistas adidas

C/ BOLSA, 11 Tf. 214083
C/. EUGENIO GROSS, 43 Tf 399947

Lo mejor en pescados

TINTERO II

PLAYA DE EL CHANQUETE
Tf. 290001

bar EL PIMPI

La Florida

CART DE ALMERIA 13

Este año celebramos el primer centenario de los sucesos de Chicago, aquel 1º de Mayo donde murieron muchos obreros en su lucha -- por conseguir una jornada laboral de 8 horas diarias.

Hoy luchamos por:

LA PAZ, luchando contra la política de bloques, contra el imperialismo y otras formas de pisotear las libertades tanto individuales como colectivas.

EL EMPLEO, exigiendo un nuevo orden económico internacional, donde no haya paises ricos y pobres. El sistema actual que permite tener en nuestro pais 3.400.000(tres millones cuatrocientos mil) parados mientras que la banca privada ganó en 1985 la cantidad de 203.000.000 Ptas, sencillamente NO NOS VALE.

JORNADA LABORAL DE 35 horas, porque el trabajo tiene que ser racionalizado, desarrollando nuevas iniciativas que creen empleo. Hay miles de jóvenes que todavia no han tenido tan siquiera su primer empleo.
Luchamos para que este Gobierno cambie su política económica, creando empleo (entre otras cosas porque lo prometieron para sacarnos los votos)

Reseñar especialmente la manifestación que tuvo lugar este día, por estar convocada por primera vez en muchos años, por tres sindicatos de clase,UNA UNIDAD QUE ESTAMOS CONDENADOS A CONSEGUIRLA.